

《健康だより》インフルエンザ予防接種について

環境保健部 平安山 智子

今年は、インフルエンザの流行が早くも8月下旬から始まり、9月に入って全国で感染者数が急増しています。令和5年度のインフルエンザ予防接種は、各市町村とも10月からが予定されています。一方、新型コロナウイルスワクチンの秋接種も9月20日から始まります。(接種当日の予診で問題がなければ)新型コロナウイルスワクチンとインフルエンザワクチンとの同時接種が可能です。自分や家族を守るために、予防接種をご検討ください。

インフルエンザとは

インフルエンザウイルスに感染した人がせきやくしゃみをすることでウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことによって感染します。

つばや鼻水を触った手で触れたところを触ることによる接触感染でも広がります。よく見られる症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、のどの痛み、鼻水などがあります。

予防方法は？

- ① **予防接種**がもっとも有効です。
- ② 日頃から充分な栄養・休養が大切です。
- ③ 人ごみ・密閉空間・密着は避け、マスクを着用してください。
- ④ 帰宅後の手洗いを心がけましょう。
- ⑤ 部屋を加湿し、マスクを利用するなどして喉を乾かさないようにしましょう。

予防接種の効果は？

予防接種用のワクチンは、流行予測に基づいて毎年調整されており、A型、B型のいずれにも効果があります。なお、接種してから予防効果を発揮するまでに約2週間程度かかるため、スクーリング参加の2週間以上に前に接種することをお奨めします。昨年接種を受けた方も、再接種をお奨めします。

インフルエンザウイルスは新型コロナウイルス感染症よりも感染力が強く、乾燥した冬は飛沫や接触面についてのウイルスの活性が長時間にわたって維持されます。

しかし、咳エチケット・三密回避・手洗いや手指の消毒で効果的に予防できます。



インフルエンザ予防接種の受け方

- ・地域の医師会や保健所が、予防接種の実施医療機関のリストを公開しています。かかりつけ医があればそことご利用ください。予約開始時期/接種実施開始日は、市町村により異なります。
- ・料金は医療機関により異なり、2500～3500円ぐらいが相場です。予約の必要な医療機関もあればその場で受付けてくれるところもあります。事前に電話で確かめてご利用ください。(市町村によっては公的補助により格安で利用できる場所もあります)
- ・接種当日は保険証をお持ちください。
- ・発熱している方は治ってからご利用ください。



発熱等の症状があった時は？

新型コロナウイルスとインフルエンザの初期症状(37.5度以上の発熱、せき、倦怠感)は似ており、鑑別は難しくなっています。

発熱等の症状がある方は、発熱外来やかかりつけ医等に事前に電話で相談の上、受診してください。相談先が分からない場合は保健所などでも相談を受け付けています。直接医療機関へ出向かず、まずは電話での相談を！

保護者のみなさまへ

インフルエンザは、学校保健安全法に定める**第二種感染症**です。生徒さんが発症すると、学校保健安全法により**出席を停止**させることと定められています。

生徒さんのインフルエンザ感染がスクーリング参加中に判明・発症した場合、授業・体育実技・単位修得試験などに出席することはできません。食事についても別室でとっていただきます。